



DINAMIKA TRAUMA MASA KECIL DAN LINGKUNGAN SOSIAL DALAM PEMBENTUKAN SIFAT PEMBULLY PADA ANAK

Elia Nur Rohmah¹, Dzawil Aniqoh², Ma'mun Hanif³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman

Wahid Pekalongan

E-mail: liyaarahmaa11@gmail.com, dzawil.aniqoh24141@mhs.uingusdur.ac.id,
ma'mun.hanif@uingusdur.ac.id

Received	Revised	Accepted
22 September 2025	24 October 2025	20 November 2025
https://doi.org/10.67528/ic.v4i3.100		

Abstrak

Anak dengan perilaku *bullying* sering kali memiliki latar belakang trauma masa kecil dan lingkungan sosial yang kurang mendukung. Penelitian ini bertujuan menganalisis keterkaitan antara trauma masa kecil, faktor lingkungan sosial, dan pembentukan sifat pembully pada anak, serta mengkaji strategi penanggulangannya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pengumpulan data melalui studi literatur dari jurnal nasional maupun internasional yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir. Data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif, meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk melihat hubungan antara variabel trauma, lingkungan sosial, dan perilaku *bullying*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman kekerasan atau pengabaian di masa kanak-kanak bisa menyebabkan gangguan emosional yang mendorong sikap agresif. Lingkungan yang permisif terhadap kekerasan turut memperkuat kecenderungan *bullying*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa tindakan *bullying* muncul dari hasil dari interaksi yang rumit antara trauma masa kecil, cara pengasuhan keluarga, dan dinamika lingkungan sosial. Untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak membutuhkan pendekatan yang menyeluruh dan kolaboratif, yaitu dengan memperkuat pendidikan karakter, menerapkan konseling yang berbasis pendekatan holistik, serta melibatkan keluarga dan komunitas sekolah secara aktif.

Kata Kunci: Trauma masa kecil; lingkungan sosial; *bullying*; pendidikan karakter; konseling holistic

Abstract

Children who engage in bullying behavior often have a history of childhood trauma and an unsupportive social environment. This study aims to analyze the relationship between childhood trauma, social environmental factors, and the formation of bullying behavior in children, as well as to examine strategies for addressing it. This study uses a descriptive qualitative method with data collection through a literature review of national and international journals published in the last 10 years. The data were analyzed using descriptive analysis techniques, including data reduction, data presentation, and conclusion drawing to see the relationship between the variables of trauma, social environment, and bullying behavior. The results showed that experiences of violence or neglect in childhood can cause emotional disturbances that encourage aggressive attitudes. An environment that is permissive of violence also reinforces bullying tendencies. This study concludes that bullying arises from the complex interaction between childhood trauma, parenting styles, and social environment dynamics. Addressing bullying in children requires a comprehensive and collaborative approach, namely by strengthening character education, implementing holistic counseling, and actively involving families and school communities.



Keywords: *Childhood trauma; social environment; bullying; character education; holistic counselling*

PENDAHULUAN

Bullying pada anak bukan hanya soal perilaku sembarangan, melainkan hasil dari proses psikologis dan sosial yang berlangsung lama. *Bullying* adalah tindakan menakuti yang dilakukan oleh orang yang lebih kuat terhadap orang yang lebih lemah, dan bisa terjadi dalam berbagai bentuk. Ahli menyebutkan bahwa *bullying* di sekolah mungkin merupakan bentuk kekerasan antar siswa yang paling berdampak negatif bagi korban. Ini biasanya terjadi karena adanya ketidakseimbangan kekuasaan, di mana pelaku umumnya adalah siswa yang merasa lebih senior dan melakukan hal-hal tertentu kepada korban, yaitu siswa yang lebih muda dan merasa tidak mampu melawan (Putri, 2022).

Bullying di antara anak-anak adalah masalah yang rumit. Banyak penelitian menunjukkan bahwa tindakan membully tidak muncul begitu saja, melainkan hasil dari proses belajar dan pengalaman emosional sejak kecil. Anak yang pernah mengalami trauma seperti kekerasan fisik, kata-kata kasar, ditinggalkan, atau tidak diperhatikan, atau kehilangan kasih sayang dari orang tua, lebih rentan mengembangkan sikap agresif sebagai cara melepaskan emosi yang tidak bisa ditangani dengan baik. Selain itu, lingkungan sosial juga memengaruhi cara anak membentuk sikapnya. Jika lingkungan tidak mendukung, seperti keluarga yang terlalu keras, pergaulan yang penuh persaingan, atau sekolah yang tidak mengajarkan rasa empati, bisa memperkuat kemungkinan anak menjadi pembully (Febrianti et al., 2024).

Perilaku membully pada anak bisa dipahami sebagai hasil dari pengalaman traumatis dalam masa kecil dan pengaruh dari lingkungan sosial di sekitarnya. Jika anak mengalami trauma emosional yang berat, dia lebih mudah menunjukkan tindakan membully terutama jika tinggal di lingkungan sosial yang tidak mendorong perkembangan emosional yang sehat. Cara anak memandang iklim sekolah yang negatif secara langsung terkait dengan kemungkinan mereka melakukan *bullying*, sedangkan adanya dukungan sosial dari teman sebaya, guru, atau lingkungan sosial lainnya dapat mengurangi kemungkinan mereka melakukan tindakan tersebut (Ningsih et al., 2025).

Bullying di Indonesia memang menjadi isu yang serius di bidang pendidikan dan sosial. Menurut data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sepanjang tahun 2024, lembaga tersebut menerima 2.057 laporan mengenai pemenuhan hak anak, termasuk 241 kasus kekerasan fisik dan psikis terhadap anak. Selain itu, menurut Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI), pada tahun 2024 terdapat 573 kasus kekerasan di sekolah, naik lebih dari 100% dibandingkan tahun sebelumnya, 2023. Dari data yang dikeluarkan oleh JPPI juga ditemukan bahwa 31% dari kekerasan di sekolah adalah bentuk *bullying*, sedangkan 42% merupakan bentuk kekerasan seksual.

Di dunia maya, penelitian tentang "Tren Kekerasan Digital pada Anak" menunjukkan bahwa dari 1 Januari hingga 21 Juli 2024, terdapat 24.876 postingan yang membahas kekerasan digital terhadap anak, di antaranya topik *bullying* (perundungan) menjadi yang paling banyak dibicarakan. Komisioner KPAI, Aris Adi Leksono, mengatakan bahwa sekitar



3.800 anak mengalami gangguan mental akibat berbagai bentuk kekerasan, termasuk *bullying* (perundungan).

Dari sudut pandang psikologi perkembangan, Erik Erikson menjelaskan bahwa masa kanak-kanak adalah waktu penting dalam membentuk kepribadian dan rasa percaya diri. Pada masa *initiative vs. guilt* dan *industry vs. inferiority*, anak belajar untuk berkembang dalam hal kemampuan, berani mengambil langkah, dan memiliki keyakinan diri (Erikson, 1963). Jika anak mengalami kejadian traumatis saat kecil yang membuatnya merasa tidak aman atau tidak percaya pada lingkungan sekitarnya, hal itu bisa mengganggu perkembangan psikososialnya dan memengaruhi cara ia membentuk sifat serta berinteraksi dengan orang lain di masa depan.

Lingkungan sosial juga sangat penting dan tidak boleh diabaikan. Keluarga, sekolah, dan masyarakat memainkan peran besar dalam membentuk cara berpikir dan perilaku anak. Jika lingkungan tersebut tidak tegas terhadap kekerasan atau justru membenarkan perilaku agresif, anak bisa meniru dan menerima hal itu sebagai hal yang biasa. Karena itu, perlu dilihat bersamaan bagaimana trauma masa kecil dan lingkungan sosial saling terkait, karena keduanya berpengaruh terhadap cara anak berperilaku, termasuk kemungkinan mereka menjadi pelaku *bullying*.

Melalui penelitian ini, peneliti mencoba memahami hubungan antara pengalaman buruk atau trauma di masa kecil dengan pengaruh lingkungan sekitar dalam membentuk sifat pembully seseorang. Hasil penelitian ini diharapkan bisa membantu mencegah dan menangani tindakan *bullying* dengan cara yang lebih luas dan berkelanjutan, dengan pendekatan yang melibatkan aspek psikologis dan sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk menggambarkan dan memahami hubungan antara pengalaman traumatis masa kecil dan pengaruh lingkungan sosial terhadap pembentukan sifat pembully pada anak. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang menyeluruh tentang perilaku anak dalam konteks sosial dan emosional serta dinamika psikologis yang melatarbelakanginya.

Sumber dan Jenis Data

Penelitian ini menggunakan data sekunder yang didapatkan dari studi literatur yang mencakup jurnal nasional dan internasional, buku ilmiah, laporan penelitian, serta dokumen resmi yang relevan dalam waktu 10 tahun terakhir. Pemilihan sumber dilakukan secara selektif agar data yang digunakan memiliki kredibilitas dan terkait langsung dengan topik penelitian, yaitu hubungan antara trauma masa kecil, lingkungan sosial, dan munculnya sikap pembully pada anak. Sumber yang dipilih mencakup hasil penelitian nyata, teori yang mendukung, serta temuan analisis terkini mengenai penyebab perilaku *bullying*.

Teknik Pengumpulan Data

Melalui studi literatur (*library research*) yang mencakup penelusuran terhadap artikel ilmiah, buku, laporan KPAI, peraturan perundang-undangan, dan publikasi akademik yang



terkait. Serta data pendukung lain yang memberikan informasi mengenai kasus *bullying* dan faktor penyebabnya. Data yang terkumpul kemudian dicatat, diklarifikasi dan diorganisasi berdasarkan tema penelitian.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif deskriptif yang terdiri dari 3 tahapan yaitu:

- a. Reduksi Data, yaitu memilih, memilah, dan menyeleksi informasi yang penting terkait dengan fokus penelitian.
- b. Penyajian data, yaitu hasil disusun ke dalam bentuk uraian naratif guna menunjukkan hubungan antara trauma masa kecil dan lingkungan sosial dengan tindakan *bullying*.
- c. Penarikan Kesimpulan, yaitu dirumuskannya pola, makna, dan implikasi dari data yang telah dianalisis guna menjawab rumusan masalah dan memberikan pemahaman secara menyeluruh mengenai pembentukan sifat pembully pada anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Trauma Masa Kecil terhadap Perilaku *Bullying*

Trauma pada masa kecil adalah salah satu faktor psikologis yang sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan emosional anak. Berbagai teori tentang perkembangan menunjukkan bahwa pengalaman tidak baik di masa kecil dapat mengganggu kemampuan anak dalam mengatur emosi, merasa aman, serta membangun hubungan dengan orang lain. Perilaku *bullying* anak sering muncul karena masalah dalam diri mereka yang belum tuntas, terutama trauma di masa kecil. Hal ini bisa menjadi lebih parah jika lingkungan sekitarnya tidak mendukung dan justru memungkinkan anak berkembang dengan sifat agresif.

Beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa trauma masa kecil sangat berkaitan dengan kemungkinan anak menjadi lebih agresif di masa depan. Contohnya, penelitian di SMA Negeri 2 Limboto menemukan bahwa trauma masa kecil adalah salah satu faktor risiko utama *bullying*, dan risikonya sangat besar dibandingkan anak yang tidak mengalami trauma (Buduh, 2024). Trauma tidak hanya mengubah cara anak memandang diri sendiri, tetapi juga memengaruhi cara mereka bereaksi terhadap situasi di sekitar, terutama di sekolah. Anak yang mengalami hal buruk di rumah sering kali merespons interaksi sosial dengan lebih hati-hati dan cepat bereaksi, sehingga cenderung menggunakan cara kasar untuk melindungi diri atau menunjukkan bahwa mereka lebih kuat.

Selain itu, lingkungan sekolah yang buruk juga memperparah masalah tersebut. Norma sosial di sekolah yang dianggap terlalu "lembut" terhadap tindakan tidak baik, dan tidak ada konsekuensi yang jelas, membuat perilaku *bullying* lebih mudah terjadi (Ningsih et al., 2025). Trauma adalah faktor dari dalam yang bisa membuat emosi anak menjadi tidak stabil, sedangkan lingkungan sekolah yang tidak nyaman adalah faktor dari luar yang bisa membuat anak lebih mudah melakukan tindakan kasar. Kedua hal ini perlu diperhatikan bersamaan dalam mencegah *bullying*, agar tindakan yang diambil tidak hanya menyelesaikan masalah yang dilakukan anak, tetapi juga memperbaiki kondisi sosial di sekitarnya yang memengaruhi perilaku anak tersebut.



Peran Pengasuhan Keluarga

Selain pengalaman trauma masa kecil, cara orang tua mengasuh anak juga sangat penting dalam membentuk sikap dan cara anak berinteraksi dengan orang lain karena keluarga adalah tempat pertama anak belajar merasakan perasaan, memahami orang lain, dan mengendalikan diri sendiri. Pengasuhan keluarga adalah hal penting dalam membentuk cara anak bersikap agresif, yang kemudian bisa berkembang menjadi tindakan *bullying*. Penelitian oleh Bulu et al. (2019) menunjukkan bahwa jika cara orang tua mengasuh anak tidak konsisten, kurang memberi dukungan emosional, atau sering terjadi konflik dalam keluarga, itu bisa menyebabkan anak jadi lebih agresif. Anak yang tinggal di lingkungan keluarga dengan komunikasi yang buruk atau terlalu keras biasanya kesulitan mengelola perasaannya, sehingga mudah menyalurkan frustrasi dengan cara menindas teman. Jika lingkungan keluarga tidak mendukung perkembangan emosi anak, mereka tidak akan belajar cara bertingkah baik, jadi cenderung meniru perilaku agresif yang mereka lihat di sekitar.

Hal ini sesuai dengan penelitian Saputri (2022), yang menunjukkan bahwa cara orang tua mendidik anak sangat berpengaruh terhadap kemungkinan anak tersebut melakukan perundungan. Jika cara orang tua terlalu keras atau kurang hangat, anak bisa merasa terabaikan, dan hal ini bisa memicu perilaku agresif atau tindakan membully teman-temannya. Perpaduan antara pengalaman trauma saat kecil dan lingkungan sosial yang kurang ketat tampaknya membentuk perilaku agresif yang berulang. Anak yang merasa tidak dihargai atau ditelantarkan di rumah cenderung mencari kekuasaan di luar rumah, seperti di sekolah, dengan cara mengganggu atau mempermainkan teman-temannya. Dokumen dari sekolah menunjukkan bahwa pelaku perundungan biasanya memiliki nilai akademik yang rendah atau sedang dan memiliki riwayat masalah hubungan dengan orang lain di rumah atau sekitarnya.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang kurang baik dapat memperkuat dampak trauma masa kecil dan membuat anak mencari bentuk kontrol di lingkungan lain. Teori Belajar Sosial yang diajukan oleh Albert Bandura menjelaskan bahwa anak-anak mempelajari cara berperilaku melalui cara mengamati dan meniru orang lain. Jika anak melihat kekerasan, bentakan, atau menghina orang lain sebagai cara mengatasi masalah di rumah, mereka cenderung meniru perilaku itu dalam berinteraksi dengan orang lain. Dengan kata lain, tindakan kasar tidak muncul begitu saja, tetapi terbentuk secara perlahan melalui proses belajar yang terus berlangsung.

Pengaruh Lingkungan Sosial dan Sekolah

Lingkungan sosial dan sekolah ternyata sangat berpengaruh terhadap sikap anak yang melakukan *bullying*. Menurut Bulu et al. (2019), perilaku *bullying* pada remaja awal sering kali dipengaruhi oleh hubungan dengan teman, kondisi di rumah, serta lingkungan yang kurang mendukung perkembangan emosional anak. Jika lingkungan sosial mengizinkan kekerasan atau memiliki komunikasi yang buruk, anak cenderung menganggap sikap agresif sebagai hal yang wajar. Hal ini bisa semakin memperkuat sikap *bullying* jika anak berada dalam kelompok teman yang memandang tindakan mengintimidasi atau mengejek sebagai cara diterima oleh teman-teman.



Di sisi lain, lingkungan sekolah juga memiliki peran penting dalam membantu atau mencegah terjadinya *bullying*. Menurut Dewi (2020), *bullying* di kalangan siswa SD sering terjadi karena pengawasan guru yang kurang, siswa kurang memahami rasa empati, serta aturan disiplin di sekolah tidak diterapkan secara konsisten. Jika sekolah tidak memiliki sistem yang baik untuk mengatur perilaku siswa, tindakan intimidasi bisa terus terjadi tanpa ada penanganan yang serius. Hal ini juga disepakati oleh Setiyanawati (2023), yang menjelaskan bahwa suasana sekolah yang tidak nyaman, seperti hubungan siswa yang tidak sehat, guru tidak aktif dalam menciptakan lingkungan positif, dan kurangnya perhatian terhadap siswa dapat membuat kasus *bullying* di sekolah menengah atas semakin tinggi. Ketika sekolah tidak mampu menciptakan suasana yang aman dan nyaman, anak-anak cenderung melakukan tindakan agresif untuk menunjukkan kekuasaan atau mencari perhatian dari teman sebaya.

Selain itu, interaksi antara lingkungan sosial dan sekolah semakin memperkuat terbentuknya perilaku *bullying*. Romadhoni et al. (2023) menyatakan bahwa perilaku *bullying* tidak hanya merugikan korban, tetapi juga memengaruhi cara pelaku berinteraksi sosial. Anak yang terbiasa melakukan intimidasi cenderung kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat, sehingga memperkuat pola perilaku agresifnya ketika mereka berada di lingkungan yang tidak memberikan pengajaran tentang keterampilan sosial yang positif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang tidak mendukung bisa memperparah kasus *bullying* di sekolah, karena anak membawa pola interaksi agresif dari rumah atau lingkungan sekitarnya ke lingkungan pendidikan. Lebih lanjut, Ayu dan Muhid (2022) menekankan bahwa kurangnya dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, atau pihak sekolah berdampak pada kesehatan mental dan kemampuan anak mengelola emosi. Meskipun penelitian mereka fokus pada korban *bullying*, temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan faktor penting yang juga mampu mencegah anak menjadi pelaku, karena anak yang memiliki lingkungan yang mendukung cenderung berkembang dengan empati dan harga diri yang stabil, sehingga tidak perlu menggunakan agresi untuk menegaskan posisi sosialnya.

Strategi Mengatasi dan Mencegah *Bullying*

Dalam psikologi perkembangan dan psikopatologi, pengalaman trauma di masa kecil seperti kekerasan emosional, pengabaian, dan konflik di rumah tangga bisa merusak kemampuan mengatur emosi, merasa aman dalam hubungan, serta mengembangkan rasa empati. Menurut teori *Attachment* yang dikemukakan oleh Bowlby, anak yang sering diabaikan atau memiliki hubungan yang tidak konsisten dengan orang yang mengasuhnya bisa mengembangkan jenis *attachment* yang tidak aman. Hal ini berdampak pada cara anak membentuk hubungan dengan orang lain, termasuk dalam situasi *bullying*. Selain itu, teori *Social Learning* karya Bandura menjelaskan bahwa anak belajar perilaku melalui pengamatan dan meniru apa yang mereka lihat. Jika di lingkungan keluarga atau sosial mereka sering melihat kekerasan atau perilaku agresif sebagai cara menunjukkan kekuasaan atau mempertahankan diri, mereka cenderung meniru hal itu.

Trauma tidak hanya memberikan pengalaman emosional, tetapi juga membentuk pola perilaku. Misalnya, jika seorang anak melihat bahwa agresi menghasilkan rasa takut



pada orang lain atau dapat mendominasi, maka agresi bisa menjadi strategi yang mereka anggap efektif untuk bertahan hidup, meskipun cara tersebut tidak sehat. Hal ini senada dengan hasil penelitian serupa yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengalaman trauma, seperti kekerasan, kata-kata keras, atau disiplin yang terlalu keras, dengan frekuensi anak terlibat dalam *bullying* (Putri et al., 2025).

Selain itu, lingkungan sekolah yang membiarkan ejekan atau hinaan dianggap sebagai bagian dari interaksi biasa antar siswa justru memperkuat bahwa tindakan membully bisa diterima. Bila teman sebaya menganggap tindakan itu sebagai lelucon, maka sikap mereka bisa memperkuat perilaku membully, terutama jika korban dianggap lucu atau pelaku dianggap kuat dan populer. Sebaliknya, sekolah yang memiliki iklim yang inklusif, guru yang peduli, dan aturan disiplin yang jelas cenderung mengurangi frekuensi *bullying*. Penelitian di Indonesia juga menunjukkan bahwa lingkungan sekolah dan dukungan sosial sangat memengaruhi kemungkinan terjadinya *bullying* pada siswa (Ningsih et al., 2025).

Trauma sendiri tidak pasti langsung membuat seseorang menjadi pelaku *bullying*, tetapi bisa menjadi bahan dasar yang berkembang jika berada dalam lingkungan sosial tertentu. Kurangnya pengawasan, adanya norma yang mendorong kekerasan, serta kurangnya sanksi juga bisa berubah menjadi tindakan *bullying*. Jadi secara tidak langsung, trauma dan lingkungan saling memperkuat satu sama lain. Sebagai bagian dari sistem hukum di Indonesia, ada aturan yang mengatur *bullying* dan kekerasan terhadap anak. **Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014** tentang Perlindungan Anak (Perubahan atas **UU Nomor 23 Tahun 2002**) menyatakan bahwa setiap orang dilarang melakukan, membiarkan, atau turut serta dalam kekerasan terhadap anak (Carmela & Suryaningsi, 2021). **Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2012** tentang Sistem Peradilan Pidana Anak (SPPA) juga menentukan bahwa anak yang terlibat dalam tindakan kekerasan, termasuk *bullying* berat, akan diproses dengan pendekatan *restorative justice*, yang bertujuan untuk pemulihan dan reintegrasi sosial. Dalam hal ini, Komisi **Perlindungan Anak Indonesia (KPAI)** memainkan peran penting dalam advokasi dan pengawasan kasus *bullying*, namun seringkali masih ditemukan bahwa keterbatasan sumber daya dan koordinasi antar lembaga masih menjadi hambatan utama (Ariani & Prawitasari, 2024).

Dalam kasus *cyberbullying*, UU ITE dan KUHP digunakan sebagai dasar hukum bagi pelaku di dunia maya, tetapi beberapa aspek hukum seperti bukti digital, wilayah hukum, dan perlindungan korban masih terasa rumit. Penelitian mengenai *cyberbullying* menekankan perlunya perubahan aturan hukum agar lebih tepat sasaran terhadap situasi di dunia digital anak-anak (Widijowati, 2023).

Dari segi kebijakan dan cara penerapannya, meskipun sudah ada aturan (seperti UU Perlindungan Anak di Indonesia), masih kurang jelas bagaimana aturan tersebut dijalankan di sekolah. Banyak sekolah belum punya prosedur pasti untuk mengenali dan menangani trauma masa kecil atau kekerasan di sekolah. Guru dan orang tua sering kali belum diberi pelatihan untuk mengenali tanda-tanda trauma atau sikap agresif. Selain itu, bantuan psikologis juga belum menjadi bagian wajib dalam sistem sekolah (Saerang, 2024). Karena ada bukti bahwa trauma masa kecil dan dukungan emosional dari keluarga berpengaruh terhadap tindakan membully, maka sekolah perlu menerapkan program pencegahan secara



sistemik, seperti pelatihan bagi guru, pendidikan nilai karakter, pengembangan rasa empati, layanan konseling, serta aturan disiplin yang jelas.

Pendidikan karakter menjadi dasar penting dalam mengatasi masalah *bullying* yang sering terjadi karena kurangnya empati dan kemampuan mengendalikan emosi. Sekolah perlu mengajarkan nilai-nilai moral, sosial, dan spiritual dalam setiap kegiatan belajar mengajar, bukan hanya melalui satu mata pelajaran saja. Guru memiliki peran penting sebagai contoh yang baik dalam membentuk nilai-nilai seperti empati, tanggung jawab, serta penghormatan terhadap perbedaan (Jumarnis, 2023). Pendidikan karakter harus membentuk sisi afektif dan sosial siswa melalui cara yang dilakukan secara berkelanjutan dan dengan teladan. Kurikulum Merdeka yang diterapkan di Indonesia saat ini juga mendorong pengembangan Profil Pelajar Pancasila yang menekankan kerja sama dan sikap berakhlak baik, yang pada gilirannya membantu mengurangi tindakan agresif di sekolah.

Anak-anak yang pernah mengalami trauma pada masa kecil biasanya mengalami masalah dalam mengatur perasaan dan berperilaku di tengah komunitas sosial, yang bisa berkembang menjadi tindakan agresif atau mengganggu teman-temannya. Karena itu, bimbingan dan konseling di sekolah harus menggunakan pendekatan yang lebih luas, tidak hanya fokus pada perilaku, tetapi juga pada kesejahteraan emosional dan spiritual mereka. Pendekatan konseling yang holistik bisa menjadi solusi inovatif dalam situasi ini, karena menggabungkan aspek berpikir, perasaan, sosial, dan spiritual untuk membantu siswa memahami sumber perasaan mereka dan meningkatkan kemampuan untuk merasakan serta memahami perasaan orang lain.

Praekanata et al. (2024) menyatakan bahwa konseling holistik sangat efektif dalam membantu siswa mencapai keseimbangan psikologis dan meningkatkan kesadaran diri. Pendekatan ini fokus pada keharmonisan hubungan antara konselor dan siswa serta pengembangan potensi positif anak sebagai cara untuk menyembuhkan dampak negatif dari pengalaman masa lalu. Selain itu, terapi kognitif-perilaku (CBT) tetap penting digunakan untuk mengubah cara berpikir yang merugikan dan memicu perilaku agresif. Dengan menggabungkan kedua pendekatan tersebut, sekolah dapat membangun dasar yang kuat dalam menangani siswa yang mengalami trauma. Kedua pendekatan ini tidak hanya memperbaiki perilaku, tetapi juga menciptakan pemulihan kesejahteraan psikologis secara menyeluruh. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional yang ingin membentuk manusia Indonesia yang beriman, berakhlak mulia, serta memiliki kepribadian sehat (Praekanata et al., 2024).

Keluarga adalah lingkungan pertama dan paling penting dalam membentuk kepribadian anak. Jika orang tua terlalu keras, tidak konsisten, atau kurang memberi kasih sayang, hal ini bisa menyebabkan luka emosional yang berdampak pada munculnya perilaku agresif. Dengan berkomunikasi secara terbuka, memberi pujian, dan memberikan disiplin yang konsisten, hubungan emosional antara anak dan orang tua bisa lebih kuat, sekaligus mencegah kemunculan perilaku yang menyimpang (Waty et al., 2024).

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil pembahasan menunjukkan bahwa tindakan *bullying* pada anak bukan muncul begitu saja, melainkan hasil dari interaksi yang rumit antara trauma masa kecil, cara



pengasuhan keluarga, dan dinamika lingkungan sosial. Anak yang sering diabaikan secara emosional, mengalami kata-kata kasar, atau memiliki hubungan yang tidak sehat dengan orang tua lebih mudah menunjukkan sikap agresif sebagai cara mengeluarkan kekecewaan dan kebutuhan untuk diperhatikan. Lingkungan sosial yang memperbolehkan kekerasan serta kurangnya kontrol sosial di sekolah justru memperkuat perilaku seperti itu.

Mengatasi tindakan *bullying* pada anak membutuhkan pendekatan yang menyeluruh dan kolaboratif, yaitu dengan memperkuat pendidikan karakter, menerapkan konseling yang berbasis pendekatan holistik, serta melibatkan keluarga dan komunitas sekolah secara aktif. Pendekatan ini selaras dengan kebijakan pemerintah melalui **Undang-Undang No. 35 Tahun 2014** tentang Perlindungan Anak dan **UU No. 11 Tahun 2012** tentang Sistem Peradilan Pidana Anak (SPPA), yang menekankan perlunya melindungi anak dari berbagai bentuk kekerasan fisik maupun psikis di lingkungan pendidikan. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis anak hanya bisa dicapai melalui kerja sama yang konsisten antara keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam menanamkan nilai-nilai empati, penghargaan, serta keadilan sosial.

Secara umum, penelitian ini menjelaskan secara lengkap bagaimana pengalaman trauma di masa kecil dan kondisi lingkungan sosial memengaruhi munculnya perilaku *bullying* pada anak. Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan bagi penelitian lebih lanjut dalam merancang model intervensi atau strategi pencegahan yang lebih luas dan didasarkan pada bukti yang jelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, A. D., & Prawitasari, N. Y. (2024). Efektivitas Peran Komisi Perlindungan Anak Indonesia dalam menangani Kasus *Bullying* Terhadap Anak. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 13103-13112.
- Ayu, R., & Muhid, A. (2022). Pentingnya dukungan sosial terhadap kepercayaan diri penyintas *bullying*: Literature review. *Tematik*, 2(1).
- Budu, P. H. (2024). FAKTOR RESIKO TERJADINYA PERILAKU *BULLYING* DI SMA NEGERI 2 LIMBOTO. *Jurnal Ners*, 8(2), 1894-1901.
- Bulu, Y., Maemunah, N., & Sulasmini, S. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* pada remaja awal. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(1).
- Carmela, H. R. F., & Suryaningsi, S. (2021). *Penegakan hukum dalam pendidikan dan perlindungan anak di Indonesia*. *Nomos: Jurnal Penelitian Ilmu Hukum*, 1 (2), 58–65.
- Dewi, P. Y. A. (2020). Perilaku school *bullying* pada siswa sekolah dasar. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39-48.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: W. W Norton & Company. Inc., pp247, 274.
- Febrianti, R., Syaputra, Y. D., & Oktara, T. W. (2024). Dinamika *bullying* di sekolah: Faktor dan dampak. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 9-24.
- Jumarnis, S. A., Anugerah, J. C., & Sinaga, Y. J. (2023). Strategi Penanaman Pendidikan Karakter Dalam Meminimalisir *Bullying* Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Elementaria Edukasia*, 6(3), 1103-1117.



- Ningsih, A. U., Juliawati, D., & Kholidin, F. I. (2025). The Impact of School Climate and Social Support on *Bullying* Tendencies in Vocational High School Students. *Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 8(01), 33-46.
- Praekanata, I. W. I., Yuliastini, N. K. S., Zagoto, S. F. L., Dharmayanti, P. A., & Suarni, N. K. (2024). *Inovasi konseling berbasis pendekatan holistik: Integrasi teori, model, dan teknik untuk mendukung kesejahteraan siswa*. Nilacakra.
- Putri, E. D. (2022). Kasus *bullying* di lingkungan sekolah: Dampak serta penanganannya. *Keguruan Online*, 10(2), 24-30.
- Putri, V. S., Putri, M. E., Hidayat, M., & Nurfitriani, N. (2025). Hubungan Pola Asuh dan Trauma dengan Kejadian *Bullying* di SMP Nurul Khoir Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 14(2), 192-201.
- Romadhoni, M. T. B., Heru, M. J. A., Rofiqi, A., Hasanah, Z. W., & Yani, V. A. (2023). Pengaruh perilaku *bullying* terhadap interaksi sosial pada remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 11(1), 165-189.
- Saerang, E. (2024). Pemidanaan perbuatan kekerasan terhadap anak menurut Pasal 80 ayat (1) jo 76C UU No. 35 Tahun 2014 tentang Perubahan atas UU No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak. *Lex Crimen*, 12(4).
- Saputri, L. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku *Bullying* Siswa Smp N 1 Wedung. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(01), 98-113.
- Setiyanawati, T. (2023). Perilaku *Bullying* Siswa Sekolah Menengah Atas di Lingkungan Sekolah. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 3(5), 1135-1148.
- Waty, E. R. K., Hasanah, V. R., IP, S., Putri, R. M., Nengsih, Y. K., Alvi, R. R., ... & KM, S. (2024). *Rumah Ramah Anak: Penerapan Pola Pengasuhan Positif*. Bening Media Publishing.
- Widijowati, R. D. (2023). An Effective Legal Implementation Against *Cyberbullying* Perpetrators Among Adolescents. *Jurnal Pembaharuan Hukum*, 10(3), 410-423.